

日	曜	献立名	体 内 で の 働 き		
			(赤)血、筋肉、骨をつくる	(黄色)熱や力となる	(緑)体の調子を整える
7	火	* 給食はありませんので お弁当を持って来て下さい。			
8	水	コッペパン ゴーヤーシリシリサンド 牛乳 ホワイトシチュー 黄桃缶	卵 牛乳 とり肉 コンビーフハッシュ	じゃがいも ルウ	人参 玉ねぎ マッシュルーム ブロッコリー にんにく 黄桃
9	木	豚丼 春雨スープ リンゴゼリー 牛乳	豚肉 牛乳	米 サラダ油 砂糖 リンゴジュース	玉ねぎ 人参 ビーマン たけのこ ゴボウ えのき 椎茸 ほうれん草 ニンニク
10	金	ご飯 ミートボールの酢豚風 生野菜 ふわふわスープ 牛乳	ミートボール 卵 牛乳	米 押し麦 粉チーズ サラダ油	玉ねぎ 人参 ビーマン レタス トマト きゅうり 小松菜 パセリ
13	月	チキンカレー ゆでたまご 牛乳 フルーツポンチ	鶏肉 卵 大豆 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 サラダ油 バター	玉ねぎ 人参 ニンニク リンゴ バナナ ピーマン みかん缶 パイン缶 フルーツ缶
14	火	スパゲティーナポリタン 豆サラダ 牛乳 コンソメスープ 果物	ハム ベーコン ミックスビーンズ 牛乳	スパゲティー サラダ油 オリーブ油 ゴマドレッシング	玉ねぎ 人参 ビーマン マッシュルーム きゅうり レタス ほうれん草 マッシュルーム
15	水	揚げパン ブリッコリーサラダ 牛乳 ミネストローネ	ウインナー 卵 ミックスビーンズ 牛乳	コッペパン マカロニ じゃが芋 きなこ さとう ゴマドレッシング	玉ねぎ 人参 セロリ コーン ブロッコリー コーン カリフラワー きゅうり
16	木	ジューシー 小松菜サラダ 牛乳 もずくスープ 果物	豚肉 ハム 花かつお もずく 牛乳	米 もち米 サラダ油	人参 しいたけ 小松菜 大根 きゅうり トマト ネギ えのき茸
17	金	ご飯 肉じゃが 納豆 牛乳 みそ汁	豚肉 豆腐 納豆 花かつお 牛乳	米 じゃが芋 サラダ油 三温糖	玉ねぎ 人参 シメジ えのき ネギ グリーンピース
20	月	ご飯 ひじききんぴら 千草焼き 牛乳 みそ汁	豚肉 鶏肉 卵 豆腐 薄揚げ ちくわ ひじき 牛乳	米 サラダ油	ゴボウ 人参 冬瓜 ほうれん草 しめじ
21	火	塩焼きそば わかめスープ 牛乳 ココアゼリー	豚肉 ちくわ 牛乳	そば サラダ油 ごま油 小麦粉 黒砂糖	玉ねぎ 人参 キャベツ ビーマン えのき茸 キクラゲ ネギ しいたけ
22	水	黒米粉パン コンソメスープ 牛乳 とり肉の照り焼き、グリーンソー	豚肉 カマボコ キビナゴ 豆腐 みそ 牛乳	米 サラダ油	切り干し大根 人参 えのき
23	木	ご飯 豚肉のホイル焼き 牛乳 温サラダ みそ汁	豚肉 花かつお 煮干し みそ 牛乳	米 じゃが芋 マヨネーズ ドレッシング	玉ねぎ 人参 えのき シメジ キャベツ ブロッコリー コーン ニラ
24	金	ハヤシライス 枝豆 牛乳 フルーツヨーグルト	豚肉 鶏肉 餃子 牛乳	米 サラダ油	玉ねぎ 人参 たけのこ しいたけ 小松菜 しょうが ニンニク キクラゲ えのき
27	月	チャーハン ごまじゃこサラダ 牛乳 ひじき焼売 すまし汁	豚肉 ベーコン 卵 しらす 削り節 牛乳	米 サラダ油 ドレッシング	玉ねぎ 人参 コーン しいたけ キャベツ きゅうり 白ねぎ エノキ
28	火	汁そば 和え物 牛乳 ミルク黒糖もち	豚肉 カマボコ きな粉 塩昆布 牛乳	そば タビオカ粉 黒砂糖 グラニュー糖 サラダ油 ごま油	キャベツ きゅうり 人参 しょうが ネギ
29	水	あみばん 魚のムニエル ラビゴットソース 野菜ソテー パンプキンスープ 牛乳	魚 牛乳	あみばん サラダ油 小麦粉 じゃが芋 ホワイトルー ドレッシング	きゅうり トマト 玉ねぎ アスパラ ブロッコリー インゲン カボチャ パセリ
30	木	タコライス コンソメスープ 牛乳 牛乳ゼリー	牛肉 豚肉 鶏肉 ベーコン 豚レバー チーズ 大豆 牛乳	米 サラダ油	玉ねぎ 人参 ビーマン レタス 小松菜 ニンニク トマト
31	金	ゴーヤーチャーハン ちくわの天ぷら わかめスープ グレープフルーツ 牛乳	豚ミンチ、ベーコン、豆腐 わかめ、ちくわ、卵、チーズ 牛乳	米 小麦粉 サラダ油 揚げ油 ごま油	玉ねぎ 人参 ゴーヤー 椎茸 パセリ

5月の給食目標

*材料、その他の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

えいせい き た
衛生に気をつけて食べよう

☆正しく手を洗い、清潔なハンカチで拭きましょう！ 汗をかく季節です、清潔を保つためにも、給食用のハンカチ(ハンドタオル等)を持たせてください。

給食を準備するときは、身なりを整え、えいせい面に
気をつけながら、きちんと配ぜんしましょう。



えいせいめん き きょうりょく あ ひとりひとり あ ぶんりょう ていねい も
衛生面に気をつけながら、協力し合って一人一人に合った分量を、丁寧に盛りつけよう！